



3月もいっつけ表

毎月19日は
食育の日 19

2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)
<p>さわらのたつたあげ こまつなのいためもの</p> <p>白ごはん にくじゃが</p>	<p>ひなあられ</p> <p>ひなまつりずし やさいかきあげ</p> <p>すましじる</p>	<p>さばのしょうがに ごまあえ</p> <p>白ごはん いもだんごじる</p>	<p>とんかつ れんこんきんぴら</p> <p>白ごはん くるまふの たまごとし</p>	<p>チキンカレー ツナサラダ</p>
9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)
<p>おじゃがの マヨネーズふうみ</p> <p>わかめごはん おおむぎいり サムゲタンスープ</p>	<p>だしまきたまご いとこんぶのいために</p> <p>白ごはん にくうどん</p>	<p>パエリア しろみざかなフライ</p> <p>トマトスープに</p>	<p>ヨーグルト</p> <p>プルコギ のつけごはん チョレギサラダ</p>	<p>ししゃものこめこあげ だいずのいそに</p> <p>白ごはん だいにんとさいもの そぼろあんかけ</p>
16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)
<p>ちゅうかおこわ はるまき</p> <p>たまごスープ</p>	<p>とりのからあげ やさいサラダ</p> <p>いちご クレープ</p> <p>せきはん ごましお みそしる</p>			

給食の時間をふりがえろう

できたものには□にチェックを入れて、給食の時間のふりがえりをしましょう。

<input type="checkbox"/> 協力して給食の準備を することができた	<input type="checkbox"/> 1人分の量をきれいに 盛りつけた	<input type="checkbox"/> 楽しく会食することが できた
<input type="checkbox"/> バランスのよい食事の とり方がわかった	<input type="checkbox"/> 地域の地場産物が わかった	<input type="checkbox"/> 感謝の気持ちを持って 食べることができた

春休みも 毎日朝食をとろう



朝食は脳や体を目覚めさせ、エネルギーを補給する上でとても大切です。長い休みの間も朝寝坊をしないで早起きをして、毎日必ず朝食をとるようにしましょう。